

УДК 37.032

**ДИАГНОСТИКА СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ  
Г. АРХАНГЕЛЬСКА****Казакова Е.В., Шолохова Е.Н.***Северный (Арктический) Федеральный Университет имени М.В. Ломоносова, Институт психологии и педагогического образования, Архангельск, e-mail: kaz-elena10@yandex.ru*

Социальная адаптация – активное приспособление к условиям социальной среды путем усвоения и принятия целей, ценностей, норм и стилей поведения, принятых в обществе. Наше исследование показало, что больше половины первоклассников нормально адаптировались и не имеют трудности в адаптации. Меньше всего выявлено хроническое переутомление. У большинства детей встречается эмоционально неблагоприятная позиция, когда учащийся не может представить себя рядом с учителем, что указывает на трудности адаптации к пребыванию в классном коллективе. Проведенное диагностическое исследование показало, что существует насущная необходимость в проведении психологических «поправляющих» мероприятий, направленных на развитие социально-психологической адаптации первоклассников, формирование у них учебной мотивации и укрепление сплоченности детского коллектива с помощью разных коррекционных мероприятий и терапий.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, социальная адаптация, социальная дезадаптация**DIAGNOSTICS OF ARKHANGELSK FIRST-GRADERS SOCIAL ADAPTATION****Kazakova E.V., Sholokhova E.N.***Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov, Institute of psychology and teacher education, Arkhangelsk, e-mail: kaz-elena10@yandex.ru*

Social adaptation is an active adaptation to the conditions of the social environment by assimilating and accepting the goals, values, norms and behaviors accepted in society. Our research has shown that more than half of studied first-graders is adapted normally and has no difficulty in adaptation. The least is chronic overfatigue. Most children have an emotionally dysfunctional position when the child cannot see himself next to the teacher, which points to the adaptation difficulties in staying in the class. A diagnostic study showed that there is an urgent need for psychological «corrective» measures, aimed at developing the socio-psychological adaptation of first-graders, their educational motivation formation and strengthening the cohesion of the children's collective through various corrective measures and therapies.

**Keywords:** psychological health, social adaptation, social disadaptation

Наиболее полным предупреждением негативных последствий формирования личности в социуме связано с уровнем развития психологического (личностного) здоровья [6]. Анализ научной литературы позволяет заметить, что на сегодняшний день отсутствует однозначная трактовка этого термина. Психологическое здоровье – это определенный уровень развития и совершенства форм и способов взаимодействия индивида с внешней средой; определенный уровень личностного развития, позволяющий успешно реализовывать это взаимодействие; совокупность личностных характеристик, являющихся предпосылками стрессоустойчивости, социальной адаптации, успешной самореализации [27]; динамическое состояние внутреннего благополучия (согласованности) личности, которая составляет ее сущность и позволяет актуализировать свои индивидуальные и возрастно-психологические возможности на любом этапе развития [24]. Адаптивные возможности относятся к индивидуальному уровню психологического здоровья [6,

32], определяя успешность приспособления человека к новым условиям среды. Как отмечает Н.Г. Лусканова, И.А. Коробейникова (1992), Э.Г. Эриксон (2000), 20-40% учеников начальных классов имеют признаки нарушения адаптации в начальный период школьного обучения [9, 35].

Проблеме социальной адаптации как показателю психологического здоровья посвящено значительное количество исследований в педагогике, психологии, медицине, физиологии, философии, социологии и др. наук [3, 4, 13, 15, 18, 26]. Первоначальный этап пребывания в школе является периодом социально-психологической адаптации ребенка к новым условиям. Социальная адаптация – активное приспособление к условиям социальной среды путем усвоения и принятия целей, ценностей, норм и стилей поведения, принятых в обществе [28].

В социальной адаптации главной стороной является активность человека, имеющая преобразующе-деятельностный характер. Она проявляется в овладении природной и социальной среды. В процессе такого со-

гласования осуществляется как целенаправленная ее модернизация, так и важные преобразования в психике человека. В итоге идет уменьшение степени рассогласования между личностью и средой [2, 14].

Проблема социальной адаптации детей 7-8 лет в современных образовательных условиях становится актуальнее. Быстрый темп жизни общества, усложнения социальной, экономической среды, снижение воспитательного потенциала семьи – это оказывает негативное влияние на процессы социализации и социальную адаптацию ребенка [25].

В соответствии с этим, цель нашего исследования – изучить социальную адаптацию первоклассников города Архангельска. Обследовано 176 детей (73 девочки и 103 мальчика) в возрасте 7–8 лет МОУ СОШ № 9 и № 50 г. Архангельске в ноябре 2016 года. Для выявления социально-психологической адаптации использовались следующие методики: рисуночная проективная методика «Мой класс» (рисунки учеников) [32], рисуночная проективная методика «Домики» О.А. Ореховой (рисунки учеников) [22], анкета «Определение социально-психологической адаптации ребенка к школе» Э.М. Александровой, Н.Г. Лускановой (опрос педагогов) [1].

Анализ результатов рисунков первоклассников по методике «Мой класс» показал, что у 45,4% учащихся не выявлена принадлежность ребенка в классе (рис. 1).

У большинства таких детей встречается эмоционально неблагоприятная позиция, когда учащийся не может представить себя рядом с учителем, что указывает на трудности адаптации к пребыванию в классном коллективе. Как отмечают Ю.А. Маркова, В.А. Тургель (2015) на протяжении всей начальной школы учащихся сопровождает их классный учитель, он контролирует

и учебный процесс, и процесс становления ученика. Его задача не только в том, чтобы дать детям знания, развить нужные умения и навыки, но и помочь учащимся успешно приспособиться к новым школьным условиям, скорректировать взаимоотношения и атмосферу в классе, своевременно обращать внимание и правильно реагировать на возникающие у учащихся трудности с адаптацией к школе. Именно на плечи педагога ложится большая ответственность за то, насколько плодотворным будет процесс приспособления к школе каждого ученика [19]. У многих детей 7-8 лет встречается игровая позиция, что не соответствует учебной мотивации. Т.В. Валисова (2013) утверждает, что современному ребенку, поступающему в учебное учреждение, необходимо формировать учебно-познавательную мотивацию, включающую в себя исследовательское поведение и игровую деятельность [8]. А.К. Нисская (2012) также отмечает, что учебная мотивация – важное условие дальнейшего успешного обучения. Мотивационный компонент адаптации более благополучен у девочек, чем у мальчиков. Девочки более заинтересованы в получении знаний от учителя в культурно заданной форме. Мальчики тем временем в большей степени ориентированы на общение со сверстниками, социальный компонент адаптации к школе у них более благополучен [21]. Таким образом, одной из задач, решаемой в начальной школе, является создание условий, формирующих положительную учебную мотивацию и дальнейшее ее развитие у младших школьников [34]. Поэтому так важно обратить внимание учителям, психологам на таких детей, т.к. отсутствие познавательной мотивации и недостаток общения с учителем может способствовать трудностям обучения, отягощая социальную дезадаптацию.

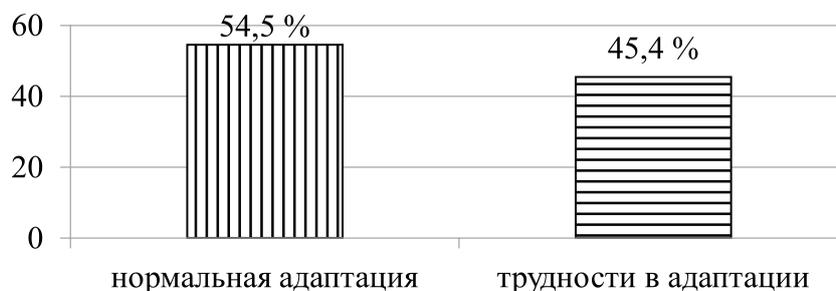


Рис. 1. Количество первоклассников (%) с разной степенью социальной адаптированности в классе (по методике «Мой класс»)

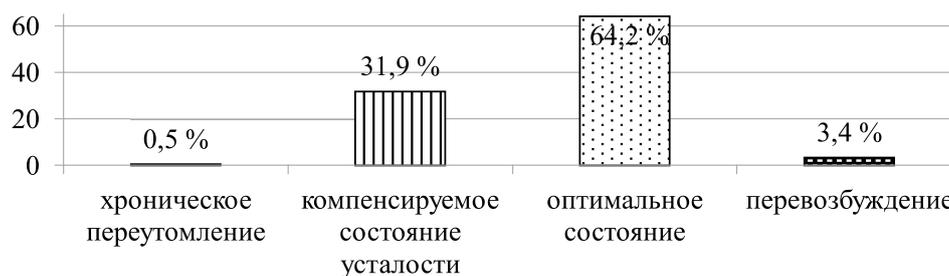


Рис. 2. Количество первоклассников (%) с разной способностью организма к энергозатратам или энергосбережению (по методике «Домики»)

Результаты анализа полученных материалов по методике «Домики» О.А. Ореховой выявили, что примерно у половины первоклассников (64,2%) наблюдается оптимальная работоспособность; у таких детей хватает энергозатрат на процесс школьного обучения и присутствует достаточная способность к энергосбережению (рис. 2).

Но для 31,9% продиагностируемых младших школьников характерно компенсируемое (скрытое) состояние усталости, при которой сохраняется высокая работоспособность, поддерживаемая волевыми усилиями, но при этом экономичность работы падает. Продолжение ее сопровождается возникновением некомпенсированного (явного) утомления, что сопровождается снижением работоспособности при угнетении функций внутренних органов и двигательного аппарата. Если произойдет резкое падение работоспособности, когда физически невозможно поддерживать работу, учащийся не способен будет ее выполнить. Таким учащимся необходима оптимальная организация рабочего ритма, т.к. самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности.

Кроме того, нами было выявлено, что встречаются первоклассники с перевозбуждением (3,4%) и хроническим переутомлением (0,5%). Очень важно, по нашему мнению, сопровождать психологам, учителям, родителям таких учащихся, т.к. перевозбуждение чаще всего является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению; а хроническое переутомление делает любые нагрузки непосильными для ребенка. Такие дети очень часто болеют, т.к. организм не способен сопротивляться инфекциям. В данном случае необходима нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, иногда и снижение нагрузок.

Наиболее важно определить группу детей, которые имеют негативные школьные эмоции, оказывающие наиболее существенное влияние на протекание учебного процесса (рис. 3).

Обработка показателей рисуночной проективной методики «Домики» О.А. Ореховой выявила, что у большинства младших школьников (67,4%) отмечаются отрицательные эмоции, где доминируют плохое настроение и неприятные переживания и имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно. Как отмечает А.В. Буров (2014), преобладание у ребенка отрицательных эмоциональных переживаний, являясь обязательным следствием трудностей в адаптации, в последствие, приобретает характер причины дезадаптации: ребенок испытывает связанные со школой негативные эмоции, которые мешают ему адекватно принимать требования учебной деятельности и реагировать на них [7]. Отмечают увеличение количества детей с эмоциональными проблемами, находящихся в состоянии аффективной напряженности из-за постоянного чувства незащищенности, отсутствия опоры в близком окружении и потому беспомощности [31]. Действительно, все это становится причиной неуспеха ребенка в освоении учебного материала, портятся отношения с учителем, родителями, осуждение ребенка со стороны взрослых нарушает его самооценку и ухудшаются отношения с одноклассниками. В то время как положительные эмоции, по мнению Ю.В. Бессоновой (2013), обеспечивают функционирование индивида в социальной среде, формируя позитивное самоотношение, доверительное отношение к миру [5]. Как отмечает в своих исследованиях М.С. Рогач (2011), диагностируя нарушения эмоциональной сферы, социально-психологические аспекты адаптации первоклассников заслуживают пристального и более детального изучения [28].

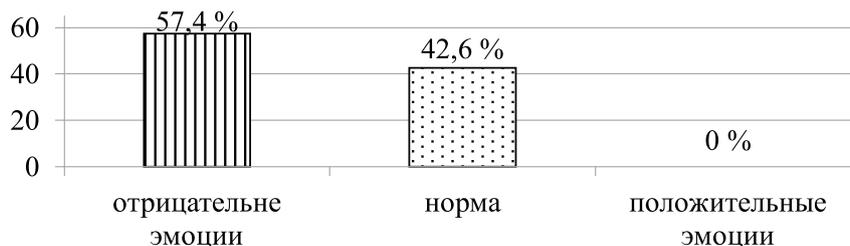


Рис. 3. Количество первоклассников (%) с разным уровнем эмоциональной сферы (по методике «Домики»)

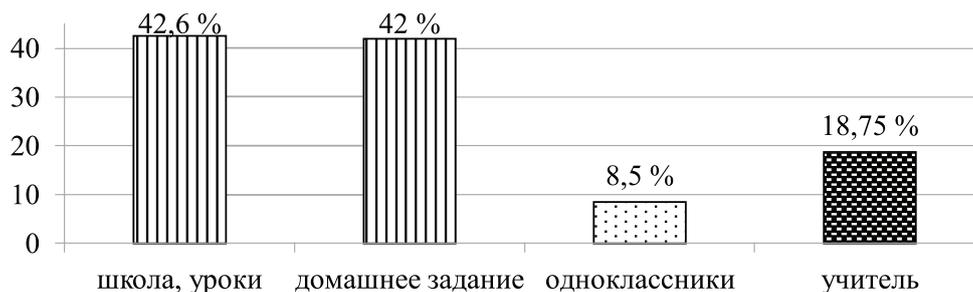


Рис. 4. Количество первоклассников (%) с разными сферами, вызывающими напряженность (по методике «Домики»)

Как показало наше исследование, наибольшую эмоциональную напряженность у учащихся первых классов вызывают школьная деятельность и процесс учения во время уроков (42,6%), а также выполнение домашних заданий (42%) (рис. 4).

Возможно, это связано с тем, что адаптация к школе – это процесс привыкания к новым школьным условиям, которые каждый первоклассник переживает и осознает по-своему. Это усложняется тем, что меняется режим дня, требуется длительное времяпровождение за партой, увеличивается напряжение при выполнении заданий, появляется новая жесткая система требований, усиливается ответственность за выполняемую школьную работу и т.д., а для того, чтобы приспособиться, нужны силы и время. В своей работе О.В. Ломтагидзе, А.С. Алексева, Л.В. Загуменнова (2016) указывают на то, что для таких первоклассников необходимо расширить формы учебной и внеучебной работы с максимальным использованием прогулок, уроков и экскурсий на улице. Родителям предусмотреть ежедневные прогулки ребенка как средство снятия напряжения в период адаптации к школе. С целью уменьшения негативного эмоциогенного влияния, необходимо обеспечивать сохранность физического здоровья ребенка, сформировать сообразную воз-

расту и потребностям предметную среду, развивать личностные качества по самоорганизации и положительному самовосприятию ребенка [17].

Некоторые дети 7-8 лет (18,75%) отмечают напряженность во взаимоотношениях с учителем. Многие исследователи связывают школьную дезадаптацию с дидактогенными, т.е. последствиями некорректного отношения учителя к ученику, неконструктивной организации образовательного процесса и учебной деятельности. Так, Т.С. Семенова (2016) отмечает, что причинами затруднения адаптации называют нарушение взаимодействия в системе «ребёнок – учитель» (Каган В.Е., 1984, Санникова М.Ю., Антропова Т.С., 2103), «враждебное отношение педагога» (Исаев Д.Н., 1984), излишнюю авторитарность учителя и его направленность на учебные нормы, не на личность ребёнка (Зеленова М.Е., 1992), непрофессионализм педагога (Поливанова К.Н. 2003), нетактичность учителя (Хозиев В.Б., 2008). Позитивное отношение учителя к ученику в образовательном процессе способствует успешной адаптации ребёнка к школе, а негативное отношение учителя препятствует ей. Ответное отношение ученика к учителю может служить индикатором успешности прохождения адаптации к школе [12, 29, 30].

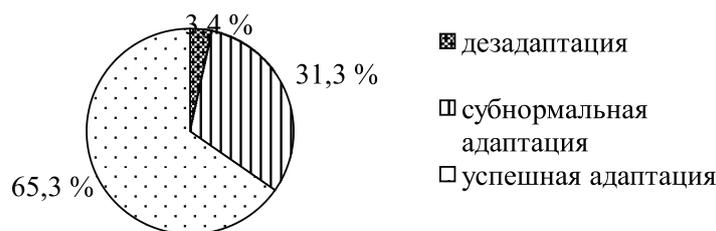


Рис. 5. Количество первоклассников (%) с разной успешностью социально-психологической адаптированности к школе (по методике «Определение социально-психологической адаптации ребенка к школе» Э.М. Александровой, Н.Г. Лускановой)

Следует отметить, что данные нашего исследования подтверждают работы А.К. Нисской (2012), которая выявила, что большинство первоклассников с тревогой относятся к фигуре учителя и ситуации взаимодействия с ним. В то же время общение со сверстниками не вызывает беспокойства у большинства обследованных детей. Они успешно сотрудничают со сверстниками и способны к кооперации [21].

Результаты анализа ответов учителей начальных классов с помощью опроса по методике «Определение социально-психологической адаптации ребенка к школе» Э.М. Александровой, Н.Г. Лускановой выявили, что большинство первоклассников (65,3%) успешно адаптировались к школьной среде (рис. 5).

Примерно такую же частоту встречаемости (57%) успешной адаптации у первоклассников подтверждают работы К.Р. Осадчая (2008) [23]. Учебная активность таких учащихся носит постоянно выраженный характер, они добросовестно выполняют все требования учителя: доброжелательны, быстро приобретают друзей. Хорошее настроение, спокойное эмоциональное состояние отмечается у них на протяжении всего учебного процесса.

В наших исследованиях у 34,4% детей 7-8 лет встречается неполная адаптация и дезадаптация. Субнормальная дезадаптация связана, прежде всего, с плохой подготовкой этих детей к школе и низким уровнем развития у них познавательных интересов. Учебная активность носит кратковременный характер, в поведении отмечаются неадекватные поступки. Все это говорит о социальной незрелости этих детей: они еще не готовы взять на себя роль школьника в общественно значимой ситуации обучения [23]. У таких детей наблюдается тревожность в ситуациях школьного взаимодействия, эмоциональная возбудимость и неустойчивость в сочетании со сла-

бо развитым самоконтролем [16]. Для учащихся третьей группы «Дезадаптация» характерно нарушение нормальных форм социально-психологической адаптации, что проявляется в ограничении способности справляться со своими учебными и социальными функциями, в негативных формах поведения, появлении отрицательных эмоций. Их отличают неустойчивость по всем выделенным критериям; срывы адаптации; неуклонное снижение интегральной оценки [23]; недоверие к новым людям, вещам, ситуациям, неуспешность социальных контактов со взрослыми и сверстниками и умственное развитие [16].

Анализ результатов по данным Т.А. Нагаевой, И.И. Балашевой, Л.Л. Закировой, А.А. Семеновы (2011) показал, что в начале учебного года среди первоклассников благоприятное течение социально-психологической адаптации наблюдалось у 79,3%, а в конце учебного года – у 54,2%, что говорит о важности диагностики и своевременном оказании помощи таким детям [20]. Полученные данные указывают на необходимость оптимизации учебного процесса в учебных учреждениях и организации медико-педагогического и психологического сопровождения учащихся с внедрением здоровьесберегающих технологий, начиная с первого года обучения.

Сравнительный анализ результатов диагностики первоклассников (методика «Мой класс») и учителей (анкета «Определение социально-психологической адаптации ребенка к школе») показал, что педагоги отмечают меньшую частоту встречаемости социальной адаптации (31,2%), чем ученики первых классов (45,4%), что говорит о важности выявления факторов риска дезадаптации, т.к. многие из них носят скрытый характер.

Таким образом, проведенное диагностическое исследование показало, что существует насущная необходимость в про-

ведении психологических «поправляющих» мероприятий [11, 16], направленных на развитие социально-психологической адаптации первоклассников, формирование у них учебной мотивации и укрепление сплоченности детского коллектива с помощью разных коррекционных мероприятий и терапий (например, игротерапии [33], песочной терапии [23], системы динамических перемен [10] и др.).

*Работа основана на материалах исследований, проведенных в рамках РФФИ № 17-06-00967 (2017–2019 гг.) «Психологическое здоровье и когнитивная деятельность младших школьников с факторами риска дизонтогенеза в условиях современной образовательной среды».*

### Список литературы

1. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе // Школа и психическое здоровье учащихся / Под ред. С.М. Громбаха. – М.: Медицина, 1988. – С. 35-37.
2. Беккер И.Л., Мельникова Е.А. Современные особенности социальной адаптации младших школьников // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. – 2008. – № 10. – С. 131-134.
3. Беличева С.А. Диагностика школьной дезадаптации. – М.: Редакционно-издательский центр «Социальное здоровье России», 2011. – 127 с.
4. Белов В.Г., Дмитриев М.Г., Апалькова И.Ю. Здоровье как основа социально-психологической адаптации человека // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. – 2007. – Т. 7. – № 1. – С. 44-48.
5. Бессонова Ю.В. О структуре психологического благополучия // Сб. статей «Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве» / Сост. Ю.В. Братчикова. – Екатеринбург: Урал. гос. пед. ун-т, 2013. – 146 с.
6. Будиянский Н.Ф., Данчева Т.Д. Психологическое здоровье личности как многомерный феномен // Материалы Международной конференции, посвященной 80-летию А.В. Брушлинского. – Том 2. / Под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – С. 393-394.
7. Буров А.В. Корреляционный анализ взаимосвязей между индивидуально-психологическими особенностями детей и показателями адаптации к школьному обучению // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2014. – № 7. – С. 101-105.
8. Валисова Т.В. Формирование мотивации к учению у первоклассников // Сборник конференции НИЦ Социосфера. – 2013. – № 37. – С. 87-88.
9. Диагностика школьной дезадаптации / Под ред. С.А. Беличева, И.А. Коробейникова. – М.: «Социальное здоровье России», 2003. – 204 с.
10. Дмитриева А.А. Социально-педагогические аспекты адаптации первоклассников к школьной жизни // Региональное образование XXI века: проблемы и перспективы. – 2012. – №5. – С. 398-400.
11. Инглик Т.Н., Айбазова Л.Б., Пеньковская Р.М. Изучение динамики социально-психологической адаптации первоклассников к обучению в школе // Экология и безопасность жизнедеятельности. – 2010. – № 1. – С. 57-66.
12. Исаев Д.Н. Психопрофилактика в практике педиатра. – М.: Медицина, 1984. – 192 с.
13. Ковшова О.С., Печуров Д.В., Порецкова Г.Ю., Пахомова И.А. Роль семьи в сохранении здоровья и социально-психологической адаптации младших школьников // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки. – 2010. – Т. 12. – № 5-2. – С. 435-438.
14. Крысько В.Г. Психология и педагогика. – Москва: Омега-Л, 2007. – 368 с.
15. Левина И.Л. Школьная адаптация и ее нарушения. – Новокузнецк: ИПК, 2002. – 142 с.
16. Литвиненко Н.В. Социальная ситуация развития первоклассников и факторы адаптации к образовательной среде школы // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2014. – №3. – С. 109-114.
17. Ломтатидзе О.В., Алексеева А.С., Загуменнова Л.В. Структура эмоциогенной среды в процессе перехода ребенка от дошкольного к школьному образованию // Воспитание и обучение детей младшего возраста. – 2016. – № 5. – С. 718-719.
18. Макарова Ю.В. Процесс адаптации как показатель психологической готовности младших школьников к новым социальным условиям // Новая наука. Стратегии и векторы развития. – 2016. – № 2-2(64). – С. 113-116.
19. Маркова Ю.А., Тургель В.А. Социально-психологическая адаптация первоклассников разного пола: опыт диагностики // Герценовские чтения. Начальное образование. – 2015. – Т. 6. – № 2. – С. 76-82.
20. Нагаева Т.А., Балашева И.И., Закирова Л.Л., Семенова А.А. Особенности социально-психологической адаптации первоклассников // Мать и дитя в Кузбассе. – 2011. – № 4. – С. 30-32.
21. Нисская А.К. Особенности адаптации к школе современных первоклассников // Вестник Московского государственного областного университета. – Серия Психологические науки. – 2012. – № 3. – С. 55-62.
22. Орехова О.А. Цветовая диагностика эмоций. Типология развития: монография. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. – 176 с.
23. Осадчая К.Р. Динамика показателей социально-психологической адаптации первоклассников в процессе коррекционной работы // Вестник Самарской гуманитарной академии. – Серия Психология. – 2008. – № 2. – С. 156-169.
24. Пахальня В.Э. Развитие и психологическое здоровье: Дошкольный и школьный возраст. – М.: Питер, 2006. – 294 с.
25. Пестерева О.А. Социальная адаптация младших школьников средствами искусства: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. – Улан-Удэ, 2006. – 22 с.
26. Психологическое здоровье и социальная адаптация: Сборник материалов научно-практического семинара. – СПб.: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Институт детства, кафедра психологии и психофизиологии ребенка, 2009. – 380 с.
27. Развитие профессиональной компетентности педагогов: программы и конспекты занятий с педагогами / Сост. М.И. Чумакова, З.В. Смирнова. – Волгоград: Учитель, 2008. – 135 с.
28. Рогач М.С. Психологические особенности социальной адаптации первоклассников в условиях параллельно-раздельного и совместного обучения // Актуальные проблемы психологического знания. – 2011. – № 3. – С. 60-65.
29. Санникова М.Ю., Антропова Т.С. Повышение эффективности взаимодействия в системе «учитель-ученик» // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. – 2013. – № 3. – С. 61-68.
30. Семенова Т.С. Система «учитель-ученик» в начальной школе: взаимодействие и межличностные отношения // Психология обучения. – 2016. – № 3. – С. 82-99.
31. Фельдштейн Д.И. Глубинные изменения современного детства и обусловленная ими актуализация психолого-педагогических проблем развития образования // Вестник практической психологии образования. – 2011. – № 1. – С. 45-54.
32. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. – М.: Академия, 2003. – 184 с.
33. Чижикова Л.В., Рябкова Е.И. Игротерапия как средство социальной адаптации первоклассников в школе // Научные исследования: от теории к практике. – 2015. – № 1(2). – С. 135-136.
34. Щукина Г.И. Педагогические проблемы формирования познавательных интересов учащихся. – М.: Педагогика, 2008. – 208 с.
35. Эриксон Э.Г. Детство и общество. – СПб.: Летний сад, 2000. – 416 с.